

Resurscentrum

VARJE VECKA

RESTAURANG ROSENBAD

Välkommen att ta en fika eller äta lunch. Det går även att hämta mat.

Öppet:

9.00 – 15.30

Lunch: 12.00 – 13.30

INSPIRATIONSMILJÖER

I våra inspirationsmiljöer kan du hitta både välfärdsteknik och andra smarta lösningar som underlättar din vardag. Du får möjlighet att klämma, känna och prova.

Du får råd, tips och hjälp av vår personal på plats.

Öppet hus:

Tisdagar

13.00 – 15.00

Torsdagar

10.00 – 12.00

CYKLA INOMHUS ELLER UTOMHUS

Testa vår virtuella cykel framför skärmen eller låna vår side-by-side cykel och upptäck omgivningarna. Det finns personal på plats som visar.

Måndag – fredag 9.00 – 15.00

TIPSPROMENAD OCH RÖRELSEPROMENAD

Finns att ta del av i stadsträdgården eller inomhus på Resurscentrum. Vi har en ny rörelsepromenad.

Adress: Rosenbadsgatan 2

Telefon: 054-540 57 39

Köket: 054-540 30 03

www.karlstad.se/resurscentrum

TRÄFFPUNKTSCAFÉ

MÅNDAG 4 NOVEMBER

14.00

Regnbågscafé för seniorer

Social samvaro tillsammans över en kopp kaffe.

TORSDAG 7 NOVEMBER

14.00

Träffpunktscafé med Fria läroverken

Elever från Fria läroverken besöker oss och ordnar en trevlig stund tillsammans.

TORSDAG 14 NOVEMBER

14.00

Musikunderhållning med Enduos

Peter och Berth spelar härliga danslåtar från förr.

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

TORSDAG 21 NOVEMBER

14.00

Kyrkcafé

Vikenkyrkan kommer till Resurscentrum, det bjuds på fika.

TORSDAG 28 NOVEMBER

14.00

Sångskatter med Helena och Kajsa Skyman

Mor och dotter Helena och Kajsa bjuder in till en musikalisk upplevelse där de tolkar artister som Monica Z, Povel Ramel, The Beatles med flera. Så här inför första advent blir det även några fina julsånger.

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Fika finns att köpa i restaurangen i samband med alla träffpunktscaféer.

AKTIVITETER

TISDAG 5 NOVEMBER

ARENAN BIBLIOTEKSHUSET

14.00 – 16.00

Inspirationsföreläsning om levnadsvanor, mat och motion

Deltar gör Åsa Österberg friskvårdskonsulent från Friskvården i Värmland, Emma Gustavsson, idrottskonsulent från RF SISU och välfärdsrådgivare Emma Bjerke

Fri entre och ingen anmälan

TISDAG 12 NOVEMBER

Demensföreningen

bjuder in

17.00 – 19.00 Blå rummet

Vi får besök av politiker från vård- och omsorgsnämnden.

DET BJUDS PÅ FIKA

ONSDAG 13 NOVEMBER

”Vård som inte blir av. En utmaning för äldreomsorgen”

14.00 – 16.00

Matsalen Resurscentrum

Lektor Ingrid Andersson från Karlstads universitet

Anmälan till Osteoporosföreningen Senast 7 november

[lena.spangberg@yahoo.se](mailto:lens.spangberg@yahoo.se)

el.

054-185601

ONSDAG 27 NOVEMBER

Kunskapscafé med fokus på kognitiv sjukdom

Öppet forum

Vid höstens sista kunskapscafé finns det möjlighet att träffa kognitiva specialister och anhörigkonsulenter. Vård- och omsorgsförvaltningens välfärdsrådgivare finns också på plats. Våra inspirationsmiljöer håller öppet hela kvällen.

17.00 – 19.00

Vi bjuder på fika

